



Unternehmenskommunikation, Krombach 3, 9100 Herisau

An die Empfängerinnen und Empfänger der
SVAR Medienmitteilungen

Avelina Stürm
Sachbearbeiterin
Tel. 071 353 84 07
avelina.stuerm@svar.ch

Herisau, 06. Februar 2024

Medienmitteilung Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden

Frei zur Veröffentlichung

Öffentlicher Vortrag am 14. Februar 2024 im Psychiatrischen Zentrum AR zum Thema «Gestörter Schlaf – was tun?»

Im Rahmen des öffentlichen Vortrages vom Mittwoch, 14. Februar 2024 um 19.00 Uhr, welcher im Psychiatrischen Zentrum AR stattfindet, referiert PD Dr. med. Dr. phil. Ulrich Hemmeter, Leitender Arzt im Psychiatrischen Zentrum, über «Gestörter Schlaf – was tun?». Der Eintritt ist frei und eine Anmeldung ist nicht nötig.

Schlafstörungen treten in allen Altersstufen auf, nehmen aber mit dem Alter zu. Schlafstörungen können viele Ursachen zugrunde liegen. Sie können ein Symptom einer anderen Erkrankung sein oder auch als isolierte Schlafstörung auftreten. Häufig gehen Schlafstörungen mit körperlichen Erkrankungen, vor allem Schmerzen oder auch psychischen Erkrankungen, sowie Depression/Angststörungen einher.

Daher wird beim Vorliegen von Schlafstörungen zunächst nach der Ursache gesucht. An erster Stelle der Diagnostik steht die Abklärung, ob es sich bei den Beschwerden tatsächlich um eine Schlafstörung von Krankheitswert und wenn ja, in welchem Ausmass handelt. Wird eine Krankheit oder Störung gefunden, die für die Schlafstörung verantwortlich ist, wird diese Grunderkrankung so weit wie möglich behandelt. Oftmals ist aber eine zusätzliche gleichzeitige Behandlung der akuten Schlafstörung notwendig. Dazu stehen nicht-medikamentöse und medikamentöse Therapien zur Verfügung.

Im Referat werden von PD Dr. med. Dr. phil. Ulrich Hemmeter die etablierten diagnostischen Schritte und Behandlungsmöglichkeiten bei Schlafstörungen im Detail vorgestellt. Weiter geht er auf verhaltensorientierte Massnahmen, die Patientinnen und Patienten mit Schlafstörungen selbst anwenden können ein.

Im Anschluss an seine Ausführungen besteht die Möglichkeit für Fragen aus dem Publikum und für einen fachlichen Austausch.



Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden

PD Dr. med. Dr. phil. Ulrich Hemmeter



PD Dr. med. Dr. phil. Ulrich Michael Hemmeter ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie mit den Schwerpunkten auf Alterspsychiatrie und -psychotherapie, Konsiliar- und Liaisonpsychiatrie, Fähigkeitsausweis Schlafmedizin. Er ist aktuell Leitender Arzt und Senior Consultant im Psychiatrischen Zentrum Appenzell Ausserrhoden, Herisau und an den Psychiatrischen Diensten Graubünden, Chur.

Ausblick

Der nächste öffentliche Vortrag des Spitalverbunds Appenzell Ausserrhoden zum Thema «Ein Sturz im Alter – Wege zurück in den schmerzfreien Alltag» findet am Mittwoch, 28. Februar 2024 um 19.00 Uhr im Spital Herisau statt. Referieren wird Dr. med. Christian von der Lippe, Chefarzt Klinik für Orthopädie und Traumatologie im Departement Chirurgie.

Weitere Auskunft

Avelina Stürm, Sachbearbeiterin Unternehmenskommunikation SVAR, 071 353 84 07,

kommunikation@svar.ch

Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden

Der Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden (SVAR) stellt in Herisau (AR) mit dem Akutspital und dem Psychiatrischen Zentrum AR die medizinische Grundversorgung für die Bevölkerung im Kanton Appenzell Ausserrhoden sicher und ist auch für einen grossen Teil der Bevölkerung der umliegenden Region die erste Anlaufstelle. Die SVAR Kliniken und Abteilungen versorgen die Bevölkerung rund um die Uhr mit medizinischen Leistungen. Der SVAR behandelte im vergangenen Jahr gesamthaft 6'319 Patientinnen und Patienten stationär sowie 55'517 ambulant. Mit mehr als 660 Mitarbeitenden ist der SVAR einer der bedeutendsten Arbeitgeber im Kanton. Besuchen Sie den SVAR auch auf [Facebook](#), [Instagram](#), [YouTube](#), [LinkedIn](#), oder www.spitalverbund.ch.